

pilatesK 八王子サトル店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/09/11 更新
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Beauty Conditioning 🌿	Power up Control		Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	Power up Control		Hip Punch	
mizuki.H	mizuki.H		HARUKA.I	Hinata.T	mizuki.H		AKARI.n	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Reset Flow	Waist 🌿		jump to burn	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		Beauty Conditioning 🌿	
yukika.s	Hinata.T		AKARI.n	yukika.s	yukika.s		mizuki.H	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🌿	Pre Basic 🌿		Back & Arm 🌿	jump to burn	Beauty Conditioning 🌿		jump to burn	
mizuki.H	mizuki.H		HARUKA.I	AKARI.n	mizuki.H		AKARI.n	
close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close
					Back & Arm 🌿	Reset Flow		
					Hinata.T	yukika.s		
					16:30 ~ 17:30			
					Basic 🌿			
					AKARI.n			
18:00 ~ 19:00								
Body Balance								
yukika.s								
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	close	close	17:30 ~ 18:30	
Basic 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿	Basic 🌿				Reset Flow	
AKARI.n	yukika.s	Hinata.T	AKARI.n				yukika.s	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	
Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿				Body Balance	
yukika.s	Hinata.T	AKARI.n	Hinata.T				mizuki.H	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	
jump to burn	Reset Flow	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿				Basic 🌿	
AKARI.n	yukika.s	Hinata.T	AKARI.n				yukika.s	

pilatesK 八王子サトル店		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール					
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Pre Basic 🌿		Style up Pilates	Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿	jump to burn		
mizuki.H		AKARI.n	Hinata.T	yukika.s		Hinata.T	AKARI.n		
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Hip Punch		Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿		Body Balance	Basic 🌿		
AKARI.n		Hinata.T	yukika.s	Hinata.T		yukika.s	yukika.s		
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Beauty Conditioning 🌿		Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿		
mizuki.H		AKARI.n	Hinata.T	yukika.s		Hinata.T	AKARI.n		
close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close	close	close
				Reset Flow		Back & Arm 🌿			
				yukika.s		Hinata.T			
				16:30 ~ 17:30					
				Power up Control					
				mizuki.H					
18:00 ~ 19:00									
Hip & Leg 🌿									
mizuki.H									
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿				jump to burn	Pre Basic 🌿		
yukika.s	yukika.s	Hinata.T				AKARI.n	mizuki.H		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿				Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
AKARI.n	AKARI.n	mizuki.H				yukika.s	Hinata.T		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
jump to burn	Hip & Leg 🌿	Body Balance				Hip Punch	Beauty Conditioning 🌿		
AKARI.n	yukika.s	mizuki.H				AKARI.n	mizuki.H		

🌿：体験可能レッスン

・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。

・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK 八王子サトル店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2026/09/11 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Beauty Conditioning 🌱	Power up Control	Basic 🌱		jump to burn	Waist 🌱	
	mizuki.H	mizuki.H	yukika.s		AKARI.n	yukika.s	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Style up Pilates		Hip & Leg 🌱	jump to burn	
	Hinata.T	Hinata.T	AKARI.n		yukika.s	AKARI.n	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Body Balance	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱	
	mizuki.H	mizuki.H	yukika.s		AKARI.n	mizuki.H	
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
		Hip Punch	Back & Arm 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱	
		AKARI.n	AKARI.n		yukika.s	yukika.s	
		16:30 ~ 17:30	close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	
		Waist 🌱			Reset Flow	Back & Arm 🌱	
		Hinata.T			yukika.s	mizuki.H	
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
	jump to burn	Back & Arm 🌱	Body Balance				
AKARI.n	Hinata.T	mizuki.H					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	close	17:30 ~ 18:30			
Beauty Conditioning 🌱	Hip Punch			Back & Arm 🌱			
mizuki.H	AKARI.n			Hinata.T			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00			
Reset Flow	Pre Basic 🌱			Basic 🌱			
yukika.s	mizuki.H			yukika.s			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close	close	20:30 ~ 21:30			
Power up Control	jump to burn			Waist 🌱			
mizuki.H	AKARI.n			Hinata.T			

pilatesK 八王子サトル店

【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	
金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Body Balance	Hip Punch	Reset Flow		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	
mizuki.H	AKARI.n	yukika.s		AKARI.n	mizuki.H	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Waist 🌱	jump to burn	
AKARI.n	yukika.s	mizuki.H		yukika.s	AKARI.n	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Power up Control	Back & Arm 🌱	Hip Punch		Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	
mizuki.H	AKARI.n	AKARI.n		AKARI.n	mizuki.H	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close	close
	Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱				
	yukika.s	mizuki.H				
	16:30 ~ 17:30					
	jump to burn					
	AKARI.n					
18:00 ~ 19:00						
Waist 🌱						
Hinata.T						
17:30 ~ 18:30	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
Waist 🌱		jump to burn	Waist 🌱			
Hinata.T		mizuki.H	yukika.s			
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			
jump to burn		Hip & Leg 🌱	Power up Control			
AKARI.n		yukika.s	mizuki.H			
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
Basic 🌱		Pre Basic 🌱	Body Balance			
AKARI.n		mizuki.H	yukika.s			

🌱 : 体験可能レッスン
・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。
※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。